

UN BUEN ESTADO NUTRICIONAL MEJORA TODAS LAS FUNCIONES IMPORTANTES DEL ORGANISMO Y

FAVORECE LA RECUPERACIÓN DE LA ENFERMEDAD

Las **dietas hospitalarias** tienen como objetivo que el enfermo hospitalizado mantenga o alcance un estado de nutrición adecuado.

La dieta oral está prescrita por el médico responsable del paciente quien valora:

- Alergias alimentarias.
- Intolerancias alimentarias.
- Interacciones medicamentosas.
- Incompatibilidad con pruebas diagnósticas/ terapéuticas.
- Posibles limitaciones físicas del paciente para alimentarse (masticación, deglución, etc.).
- Adapta la alimentación y la forma de administración según necesidades.

### ¿Qué son los suplementos nutricionales?

Los suplementos orales **NO** son **BATIDOS**. Son un **TRATAMIENTO** y por sus propiedades terapéuticas han demostrado ser eficaces en la recuperación de la enfermedad, cuando la toma se realiza siguiendo las recomendaciones de su médico.

Están indicados cuando existe riesgo o malnutrición o bien no se cubren las dos terceras partes de los requerimientos nutricionales con la dieta oral.

### ¿Cómo debemos tomarlos?

Muy despacio, a pequeños sorbos cada 30 o 60 min.

Después de las comidas y/o antes de acostarse para no reducir la ingesta de las comidas.

No es aconsejable tomarlos con pajita para evitar la entrada de aire al aparato digestivo (aumenta sensación de saciedad).

### ¿Qué es la nutrición enteral?



La **Nutrición Enteral** es una técnica de tratamiento nutricional que consiste en administrar los nutrientes directamente por vía digestiva mediante una sonda. Su finalidad es evitar o corregir la desnutrición de los pacientes cuyas necesidades no pueden ser cubiertas con la dieta oral o que cursan con dificultades en la deglución y/o su alimentación oral no es segura, por riesgo de aspiración, por lo que precisan sonda.

### ¿Qué es la nutrición parenteral?

La **Nutrición Parenteral** (NPT) consiste en la administración de nutrientes (carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y oligoelementos) a través de un catéter venoso.

La **NPT** puede ser la única opción factible para pacientes que tienen trastornos digestivos que requieren un reposo total del intestino, o son incapaces de mantener un estado nutricional adecuado mediante la alimentación oral o la nutrición enteral.

Se administra por bomba de infusión durante 24H mediante bolsas que se cambian diariamente.



Unidad de Nutrición Clínica  
y Dietética

**Unidad de Nutrición Clínica y Dietética**  
Sección de Endocrinología y Nutrición  
Complejo Asistencial Universitario de León

### IMPORTANCIA DE LA NUTRICIÓN EN EL PACIENTE HOSPITALIZADO



**La detección precoz de la desnutrición nos permite iniciar un plan nutricional temprano, favorecer un buen estado general y evitar las complicaciones asociadas a la enfermedad.**



<https://bit.ly/2JjnWNf>

Fecha elaboración	Abril 2019
Última revisión	
Edición	1

## UN BUEN ESTADO NUTRICIONAL MEJORA TODAS LAS FUNCIONES IMPORTANTES DEL ORGANISMO Y FAVORECE LA RECUPERACIÓN DE LA ENFERMEDAD

La **alimentación** es fundamental para lograr un buen estado nutricional y asegurar el funcionamiento normal de nuestro organismo.

### ¿Qué es la Desnutrición?

La **desnutrición** es el estado al que llega el organismo cuando gastamos más energía de la que tomamos a través de los alimentos.

### Causas que favorecen la desnutrición

- **Pérdida de apetito**, sentirse saciado en seguida, el mal sabor de los alimentos y las molestias en la boca.
- **Omisión de ingestas** por pruebas diagnósticas.
- **Aumento de requerimientos nutricionales que supone la enfermedad.**
- **Intervenciones quirúrgicas y ayunos** prolongados.
- **Tratamientos:** quimioterapia y/o radioterapia, fármacos...
- **Dificultad en la masticación** o atragantamientos.
- **Depresión.**

### Ventajas de estar bien nutrido

Cuando el organismo tiene todos los nutrientes que necesita:

- ✓ Se aumenta la efectividad de los tratamientos.
- ✓ Se favorece la cicatrización de las heridas.
- ✓ Disminuye el tiempo de hospitalización.
- ✓ Mejora la autonomía de la persona.
- ✓ Disminuye la posibilidad de complicaciones de la enfermedad o del proceso quirúrgico.

### ¿Qué podemos hacer?



### Es importante informar al personal sanitario de cualquiera de las siguientes situaciones:

- Pérdida de apetito y /o pérdida involuntaria de peso.
- Dificultad para masticar o tragar.
- Atragantamientos al comer.
- Necesidad de realizar carraspeos cuando estamos comiendo.
- Si requiere modificaciones en su dieta.
- Cuánto comemos.



### Síntomas de desnutrición

- Pérdida involuntaria de peso.
- Debilidad y cansancio.
- Fragilidad y mayor dependencia.
- Aumento de las infecciones.
- Retraso en la curación de las heridas.



La **valoración nutricional** nos permite determinar el estado de nutrición de una persona, valorar las necesidades o requerimientos **nutricionales** y pronosticar los posibles riesgos de salud que pueda presentar en relación con su estado **nutricional**.

### ¿Quién realiza la valoración nutricional?

#### El médico especialista en Endocrinología y Nutrición

Hace el diagnóstico de desnutrición y pauta el tratamiento nutricional más adecuado, en aquellos pacientes que así lo requieren.

#### El personal de enfermería

- Valora y detecta ingestas deficitarias en calorías y/o nutrientes.
- Adapta la dieta cuando hay problemas de masticación y/o atragantamientos.
- Aconseja a aquellos pacientes con saciedad precoz o poco apetito, para alcanzar una ingesta con mayor aporte calórico y proteico.
- Visita a los pacientes y valora la necesidad de modificación de algunos platos con el fin de mejorar la ingesta.
- Realiza un seguimiento sistemático:
  - Peso.
  - Aceptación y tolerancia de la dieta y/o suplementos nutricionales.
  - Evalúan los factores que modifican sus necesidades.



#### RECUERDE:

Si usted o el familiar al que cuida está comiendo menos o está **perdiendo peso, sin que sea su intención**, debe decírselo al personal sanitario que le atiende para que evalúe su situación nutricional.

Si éste confirmase el deterioro de su estado nutricional, deberá poner en marcha todas las medidas necesarias, que van desde la modificación de la dieta a un tratamiento nutricional Enteral o Parenteral pasando por la utilización de Suplementos Orales.